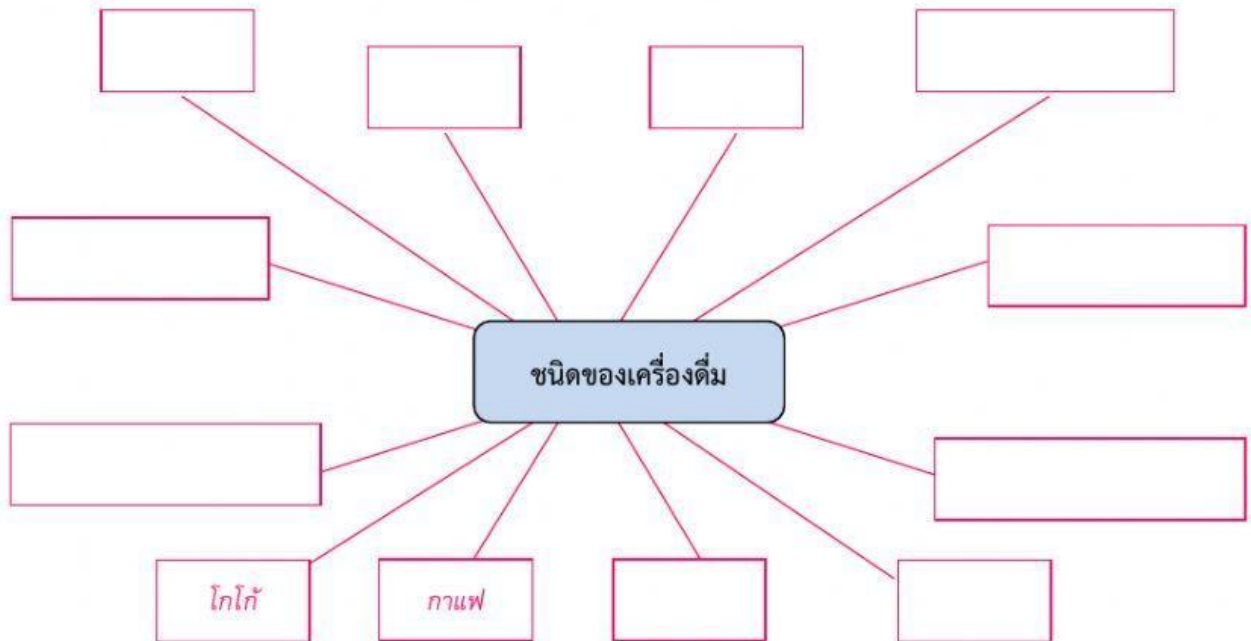


ใบงานที่ 3.1.1

เรื่อง ชนิดและหลักในการเลือกบริโภคเครื่องดื่ม

คำชี้แจง : ปฏิบัติตามคำสั่งต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์แสดงชนิดของเครื่องดื่ม



ตอนที่ 2 จากคำตอบตอนที่ 1 ให้นักเรียนเขียนหลักในการเลือกบริโภคเครื่องดื่มที่ถูกต้อง พร้อมทั้งบอกประโยชน์และอันตรายจากชนิดของเครื่องดื่ม

หลักการเลือกบริโภคเครื่องดื่มที่ถูกต้อง

1. เลือกดื่มเครื่องดื่มที่สะอาดและได้มาตรฐานตามที่หน่วยงานของรัฐหรือองค์กรต่างๆ ที่ได้รับความน่าเชื่อถือเป็นผู้กำหนด

2.

3.

ประโยชน์และอันตรายจากชนิดของเครื่องดื่ม เช่น

1 - กาแฟ : การดื่มกาแฟในปริมาณที่มากเกินไปอาจทำให้มีอาการกระสับกระส่าย

ปวดศีรษะ วิดกกังวล หรืออาจทำให้หัวใจเต้นผิดปกติได้

2.